



**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ГУМАНИТАРНО-МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ Г.КИЗИЛЮРТ**

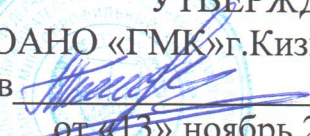
Российская Федерация
Республика Дагестан,
368124, г. Кизилюрт,
ул. Вишневого, 170.

Тел.: +7(989) 476-00-15
E-mail: gmk.kizilurt@yandex.ru

ОДОБРЕНО

на педагогическом совете № 5
от «13» октябрь 2023г.

УТВЕРЖДЕНО

директор ПОАНО «ГМК» г.Кизилюрт
О.М.Гасанов 
от «13» ноябрь 2023г.



ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной
аттестации обучающихся по учебной дисциплине

БД.08 Физическая культура

по специальности 40.02.04 «Юриспруденция»
по программе базовой подготовки
на базе основного общего образования;
форма обучения – очная, заочная
Квалификация выпускника – юрист

г. Кизилюрт 2023г.



**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ГУМАНИТАРНО-МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ Г.КИЗИЛЮРТ**

Российская Федерация
Республика Дагестан,
368124, г. Кизилюрт,
ул. Вишневского, 170.

Тел.: +7(989) 476-00-15
E- mail: gmk.kizilurt@yandex.ru

ОДОБРЕНО

на педагогическом совете № 5
от «13» октябрь 2023г.

УТВЕРЖДЕНО

директор ПОАНО «ГМК» г.Кизилюрт
О.М.Гасанов _____
от «13» ноябрь 2023г.

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной
аттестации обучающихся по учебной дисциплине**

БД.08 Физическая культура

по специальности 40.02.04 «Юриспруденция»
по программе базовой подготовки
на базе основного общего образования;
форма обучения – очная, заочная
Квалификация выпускника – юрист

г. Кизилюрт 2023г.

СОДЕРЖАНИЕ

1 Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине	3
1.1 Вопросы для самоконтроля	3
1.2 Тест для самоконтроля.....	5
1.3 Задания для контрольных работ	6
1.4 Примерные темы рефератов	6
1.5 Примерные темы курсовых работ (проектов)	8
1.6 Примерные вопросы для подготовки к зачету	8

1 Оценочные материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

1.1 Вопросы для самоконтроля

Критерии оценивания

Оценка «отлично» ставится в том случае, если обучающийся глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок.

Оценка «хорошо» ставится, если обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если обучающийся усвоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если обучающийся не знает отдельных разделов программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания.

1. Массовый спорт и спорт высоких достижений, их цели и задачи.
2. Спортивная классификация.
3. Студенческий спорт.
4. Спортивные соревнования как средство и метод общей физической, профессионально-прикладной спортивной подготовки студентов.
5. Олимпийские игры и универсиады.
6. Общественные студенческие спортивные организации.
7. Мотивация и обоснование индивидуального выбора студентом вида

спорта или системы физических упражнений.

8. Современные популярные системы физических упражнений.

9. Гигиена самостоятельных занятий.

10. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий.

11. Участие в спортивных соревнованиях.

12. Изменение функционирования организма под воздействием физических упражнений.

13. Значение физических упражнений в формировании обмена веществ, развитии сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем организма в период его формирования и становления.

14. Капиллярная система как критерий умственной и физической работоспособности человека.

15. Физическая культура личности.

16. Деятельная сущность физической культуры и спорта в различных сферах жизни.

17. Ценности физической культуры.

18. Физиологические механизмы и закономерности совершенствования отдельных систем организма под воздействием направленной физической тренировки.

19. Двигательная функция и повышение устойчивости организма человека к различным условиям внешней среды

20. Физическая культура и спорт как социальные феномены общества.

21. Основы законодательства Российской Федерации о физической культуре и спорте.

22. Физическая культура личности.

23. Деятельная сущность физической культуры и спорта в различных сферах жизни.

24. Ценности физической культуры.

25. Физическая культура как учебная дисциплина профессионального образования и целостного развития личности.

26. Ценностные ориентации и отношение студентов к физической культуре и спорту.

1.2 Тест для самоконтроля

Критерии оценивания

Оценка 5 (отлично) выставляется в случае, если студент ответил на более 85% вопросов, тем самым показав продвинутый уровень овладения формируемыми компетенциями.

Оценка 4 (хорошо) выставляется в случае, если студент ответил на более 75% вопросов, тем самым продемонстрировав базовый уровень овладения формируемыми компетенциями.

Оценка 3 (удовлетворительно) выставляется в случае, если студент ответил на более 50% вопросов, тем самым продемонстрировав удовлетворительный уровень овладения формируемыми компетенциями.

Оценка 2 (неудовлетворительно) выставляется в случае, если студент ответил менее чем на 50% вопросов, тем самым продемонстрировав неудовлетворительный уровень овладения формируемыми компетенциями.

Проведение тестового контроля выполняется на основе нормативов.

Таблица 2 – нормативы для тестового контроля

Физические способности	Характеристика направленности тестов	Оценка					
		Юноши			Девушки		
		удовлет.	хорошо	отлично	удовлет.	хорошо	отлично
Силовые способности	Поднимание туловища из положения лежа, кол-во раз за 1 мин	59 и ниже	60-69	70 и выше	49 и ниже	50-59	60 и выше

Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	5 и ниже	9-12	15 и выше	7 и ниже	12-14	20 и выше
Силовые	Подтягивание на высокой перекладине (Ю), на низкой перекладине из виса лежа (Д), кол-во раз	4 и ниже	8-9	11 и выше	6 и ниже	13-15	18 и выше

1.3 Задания для контрольных работ

По данной дисциплине написание контрольных работ учебным процессом не предусмотрено.

1.4 Примерные темы рефератов

Критерии оценивания

Оценка «отлично» ставится в том случае, если обучающийся глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок.

Оценка «хорошо» ставится, если обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если обучающийся усвоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если обучающийся не знает отдельных разделов программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания.

1. Государственные установления по физической культуре и спорту.
2. Современные взгляды на роль физической культуры в оздоровлении студенческой молодежи.
3. Технология планирования учебного процесса по физической культуре в учреждениях начального (среднего) профессионального образования.
4. Организация и методика проведения занятий физическими упражнениями студентов специальной медицинской группы.
5. Средства физической культуры в повышении умственной работоспособности студентов.
6. Методические основы профессионально-прикладной физической подготовки в учреждениях начального (среднего) профессионального образования.
7. Комплексный контроль процесса физического воспитания и самовоспитания студентов.
8. Физическая активность и образ жизни студенческой молодежи.
9. Современные оздоровительные системы физических упражнений.
10. История физической культуры и спорта.
11. Физиологические основы формирования двигательного действия. Этапы формирования двигательных действий.
12. Физическая культура в общекультурной и профессиональной подготовке студентов.
13. Физическая культура и спорт как действенные средства сохранения и укрепления здоровья людей, их физического совершенствования.
14. Роль физической культуры и спорта в подготовке студентов к профессиональной деятельности и экстремальным жизненным ситуациям.

1.5 Примерные темы курсовых работ (проектов)

По данной дисциплине написание курсовых работ (проектов) учебным планом не предусмотрено.

1.6 Примерные вопросы для подготовки к зачету

Критерии оценивания

Оценка «отлично» ставится в том случае, если обучающийся глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок.

Оценка «хорошо» ставится, если обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических заданий.

Оценка «удовлетворительно» ставится, если обучающийся усвоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий.

Оценка «неудовлетворительно» ставится, если обучающийся не знает отдельных разделов программного материала, допускает существенные ошибки, с большими затруднениями выполняет практические задания.

1. Сгибание и выпрямление рук в упоре лежа (для девушек – в упоре лежа

с опорой на колени).

2. Подтягивание на перекладине (юноши).
3. Поднимание туловища (сед) из положения лежа на спине, руки за головой, ноги прямые.
4. Прыжки в длину с места.
5. Челночный бег 100 м.
6. Бег: юноши – 2 км, девушки – 1 км (без учета времени).
7. Тест Купера (12-минутное передвижение).
8. Бег на лыжах: юноши – 2 км, девушки – 1 км (без учета времени).
9. Упражнения с мячом.
10. Упражнения на гибкость.
11. Упражнения со скакалкой.
12. Упражнения при игровых действиях в бадминтон.

Практическая часть оценивается в соответствии с таблицей 1.

Примечание: в исключительных случаях по представлению преподавателя учебной группы решением кафедры студентам, не выполнившим отдельные практические зачетные нормативы, может быть поставлен семестровый зачет при условии регулярного посещения студентом учебных занятий и при существенных положительных сдвигах в физической подготовленности в зачетных упражнениях. Студенты специального отделения выполняют те разделы программы, требования и тесты, которые доступны им по состоянию здоровья. В конце каждого семестра они, а также освобожденные от практических занятий представляют тематические рефераты по теме, связанной с их индивидуальными отклонениями в состоянии здоровья